



## HOJA INFORMATIVA

### Protección contra la gripe: Consejos para las personas a cargo del cuidado de niños menores de 6 meses

#### Situación actual

Estudios recientes indican que los niños menores de 2 años, incluso niños saludables, tienen más probabilidades que los niños mayores de terminar en el hospital con complicaciones serias si contraen influenza (la gripe). Estas complicaciones pueden incluir neumonía (una enfermedad por la que los pulmones se infectan y se inflaman), deshidratación (cuando un niño está demasiado enfermo como para tomar suficiente líquido y su cuerpo pierde demasiada agua), empeoramiento de problemas médicos de largo plazo como enfermedades cardíacas o asma, encefalopatía (una enfermedad del cerebro) y problemas sinusales e infecciones de oído. En casos poco comunes, las complicaciones derivadas de la gripe pueden tener como resultado la muerte.

Dado que los niños tienen un mayor riesgo de contraer enfermedades graves derivadas de la influenza, CDC recomienda vacunar contra la gripe a todos los niños de 6 meses a 23 meses de edad. Sin embargo, no está aprobado el uso de la vacuna contra la gripe en niños menores de 6 meses. Tampoco está aprobado el uso de medicamentos antiviricos contra la influenza (medicamentos especiales utilizados para tratar y prevenir la gripe) en niños menores de 6 meses. Dado que estos niños no pueden recibir una vacuna ni medicamentos antiviricos, pero tienen un mayor riesgo de tener complicaciones serias relacionadas con la gripe, es especialmente importante protegerlos para que no se infecten con el virus de la influenza. Esta hoja informativa proporciona consejos para ayudar a proteger a los niños menores de 6 meses contra la gripe.

#### Consejos para las personas a cargo del cuidado de niños menores de 6 meses

##### 1.) *Vacúnese*

Si vive con un bebé de menos de 6 meses o está encargado de su cuidado, usted se encuentra en el grupo de prioridad para recibir la vacuna contra la gripe para la temporada 2004-2005. Debido a la escasez en la producción de vacunas esta temporada, puede resultar difícil conseguir la vacuna, pero no deje de intentarlo. Se prevé la entrega de nuevos suministros de vacunas hasta enero de 2005. Además, la vacuna contra la gripe de aplicación mediante atomizador nasal (vendida comercialmente como FluMist) puede ser una opción para usted (consulte [www.cdc.gov/flu/about/qa/preventing.htm](http://www.cdc.gov/flu/about/qa/preventing.htm)). (En los años en que no hay escasez de vacunas, se recomienda la vacunación de quienes están en contacto con todos los niños de 0 a 23 meses y con niños que presenten ciertas condiciones médicas).

##### 2.) *Desarrolle hábitos de buena salud*

Ciertos hábitos de buena salud pueden ayudar a prevenir la propagación de enfermedades respiratorias como la gripe. Protéjase y proteja al bebé siguiendo estos pasos en forma rutinaria:

- Cuando tosa o estornude, cúbrase la nariz y la boca con un pañuelo desechable y tírelo después de usarlo.
- Lávese las manos con agua y jabón frecuentemente, en especial después de toser o estornudar. Si no está cerca de una fuente de agua, use un desinfectante de manos a base de alcohol.
- Haga todo lo posible por mantenerse y mantener al bebé alejado de personas enfermas.

## **Protección contra la gripe: Consejos para las personas a cargo del cuidado de niños menores de 6 meses**

(continuación de la página anterior)

- Trate de no tocarse los ojos, la nariz ni la boca, dado que de esta forma se pueden propagar los gérmenes.

### **Consejos para las personas que están a cargo del cuidado de niños y contraen la gripe**

Si vive con un bebé de menos de 6 meses o está encargado de su cuidado, tome las siguientes precauciones a fin de evitar contagiarle la enfermedad al bebé.

#### **1.) Recuerde cómo se propaga la gripe**

El modo principal en que se propaga la gripe es mediante las gotitas respiratorias provenientes de los estornudos y la tos. Esto puede ocurrir porque una persona infectada, al toser o estornudar, lanza al ambiente (generalmente hasta 3 pies de distancia) las gotitas de la tos o el estornudo, que infectan a una persona que se encuentra cerca. Si bien es mucho menos frecuente, la gripe también puede propagarse a través del contacto indirecto con las gotitas respiratorias.

#### **2.) Siga estos pasos**

Si tiene síntomas similares a la gripe ([www.cdc.gov/flu/keyfacts.htm](http://www.cdc.gov/flu/keyfacts.htm)), incluidos fiebre, dolor de cabeza, cansancio, tos, dolor de garganta, secreción o congestión nasal o dolores en todo el cuerpo, tome las siguientes precauciones:

- Consulte a su proveedor de cuidados de salud. (Si tiene influenza, su médico puede recetarle medicamentos antivíricos).
- Intente reducir el contacto con el bebé al mínimo posible.
- Cuando tosa o estornude, cúbrase la nariz y la boca con un pañuelo desechable y una vez usado arrójelo al cesto de basura.
- Lávese las manos o use un antiséptico para manos a base de alcohol en forma frecuente y cuanto antes después de estornudar o toser y cubrirse la boca con las manos.
- Antes de realizar alguna actividad dentro de una distancia de 3 pies del bebé (incluido alimentarlo, cambiarlo, mecerlo, leerle), colóquese una máscara quirúrgica (disponible en la mayoría de las farmacias) y lávese y séquese bien las manos. (Puede obtener información sobre higiene de las manos en: [www.cdc.gov/flu/protect/stopgerms.htm#GoodHealthHabits](http://www.cdc.gov/flu/protect/stopgerms.htm#GoodHealthHabits)). No se quite la máscara quirúrgica hasta que haya terminado y dejado al bebé.
- Tome estas precauciones durante los 7 primeros días de su enfermedad (desde el primer día en que note síntomas).

#### **3.) Esté atento**

Observe cuidadosamente al bebé para detectar síntomas de enfermedad respiratoria. Si el niño tiene fiebre (100°F o más en la axila, 101°F por vía oral o 102°F por vía rectal), presenta síntomas respiratorios o responde con menos energía que lo habitual, comuníquese con el médico del niño.

Para más información, visite [www.cdc.gov/flu/espanol](http://www.cdc.gov/flu/espanol), o llame a los CDC al 800-CDC-INFO (inglés y español) u 800-243-7889 (TTY).